

PSS(Fa)

Perceived Social Support (from the family)

Procidano, M. E., & Heller, K. (1983). Measures of perceived social support from friends and from family: Three validation studies. *American Journal of Community Psychology, 11*, 1-24.

© Översättning och bearbetning av Ata Ghaderi och Berit Scott, 1997. Institutionen för psykologi, Box 1225, 751 42 Uppsala, ata.ghaderi@psyk.uu.se & berit.scott@psyk.uu.se

Påståenden som följer nedan handlar om känslor och erfarenheter som förekommer i de flesta familjer. För varje påstående finns det fem möjliga alternativ. Ringa in det alternativ som bäst beskriver din situation.

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
1. Min familj ger mig det moraliska stöd jag behöver.	1	2	3	4	5
2. Jag får bra idéer av min familj om hur jag ska göra saker och ting.	1	2	3	4	5
3. De flesta andra människor står närmare sina familjer än jag.	1	2	3	4	5
4. När jag anförtror mig till de familjemedlemmar som står mig närmast, får jag tanken att de känner sig illa till mods.	1	2	3	4	5
5. Min familj gillar att höra vad jag tycker.	1	2	3	4	5
6. Mina familjemedlemmar delar många av mina intressen med mig.	1	2	3	4	5
7. Vissa medlemmar av min familj kommer till mig när de har problem eller behöver råd.	1	2	3	4	5
8. Jag är beroende av min familj för känslomässigt stöd.	1	2	3	4	5
9. Jag har en familjemedlem som jag kan vända mig till om jag känner mig nere, utan att det skulle kännas konstigt efteråt.	1	2	3	4	5
10. Min familj och jag är mycket öppna i våra åsikter om saker och ting.	1	2	3	4	5
11. Min familj är känslig för mina behov.	1	2	3	4	5
12. Mina familjemedlemmar kommer till mig för känslomässigt stöd.	1	2	3	4	5
13. Mina familjemedlemmar är bra på att hjälpa mig att lösa problem.	1	2	3	4	5
14. Jag har en djup och ömsesidig relation med några av mina familjemedlemmar.	1	2	3	4	5
15. Mina familjemedlemmar får bra idéer av mig om hur de kan göra saker och ting.	1	2	3	4	5
16. Jag känner mig illa till mods när jag anförtror mig till min familj.	1	2	3	4	5
17. Mina familjemedlemmar söker upp mig för kamratskap.	1	2	3	4	5
18. Jag tror att min familj tycker att jag är bra på att hjälpa dem att lösa problem.	1	2	3	4	5
19. Jämfört med andra, har jag inte någon nära och bra relation till någon familjemedlem.	1	2	3	4	5
20. Jag önskar att min familj var mycket annorlunda.	1	2	3	4	5

PSS(Fr)

Perceived Social Support (from friends)

Procidano, M. E., & Heller, K. (1983). Measures of perceived social support from friends and from family: Three validation studies. *American Journal of Community Psychology, 11*, 1-24.

© Översättning och bearbetning av Ata Ghaderi och Berit Scott, 1997. Institutionen för psykologi, Box 1225, 751 42 Uppsala, ata.ghaderi@psyk.uu.se & berit.scott@psyk.uu.se

Påståenden som följer nedan handlar om känslor och erfarenheter som förekommer för de flesta människor i relation till vänner. För varje påstående finns det fem möjliga alternativ. Ringa in det alternativ som bäst beskriver din situation.

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
1. Mina vänner ger mig det moraliska stöd jag behöver.	1	2	3	4	5
2. De flesta människor har en närmare relation till sina vänner än jag.	1	2	3	4	5
3. Mina vänner gillar att höra vad jag tycker.	1	2	3	4	5
4. Vissa vänner kommer till mig när de har problem eller behöver råd.	1	2	3	4	5
5. Jag är beroende av mina vänner för känslomässigt stöd.	1	2	3	4	5
6. Om jag kände att en eller flera av mina vänner var arga på mig, skulle jag hålla inne med det.	1	2	3	4	5
7. Jag känner att jag är i marginalen av min vänskapskrets.	1	2	3	4	5
8. Jag har en vän jag kan vända mig till om jag känner mig nere, utan att det skulle kännas konstigt efteråt.	1	2	3	4	5
9. Jag och mina vänner är mycket öppna i våra åsikter om saker och ting.	1	2	3	4	5
10. Mina vänner är känsliga för mina behov.	1	2	3	4	5
11. Mina vänner kommer till mig för känslomässigt stöd.	1	2	3	4	5
12. Mina vänner är bra på att hjälpa mig att lösa problem.	1	2	3	4	5
13. Jag har en djup och ömsesidig relation till några vänner.	1	2	3	4	5
14. Mina vänner får bra idéer av mig om hur de kan göra saker och ting.	1	2	3	4	5
15. Jag känner mig illa till mods när jag anförtror mig till mina vänner.	1	2	3	4	5
16. Mina vänner söker upp mig för kamratskap.	1	2	3	4	5
17. Jag tror att mina vänner tycker att jag är bra på att hjälpa dem att lösa problem.	1	2	3	4	5
18. Jämfört med andra, har jag inte någon nära och bra relation till någon vän.	1	2	3	4	5
19. Jag har nyligen fått en bra idé av en vän om hur jag ska göra någonting.	1	2	3	4	5
20. Jag önskar att mina vänner var mycket annorlunda.	1	2	3	4	5